

PENERAPAN TINDAKAN KEPERAWATAN DISTRAKSI BERMAIN *PUZZLE* DALAM MENGURANGI KECEMASAN ANAK PRASEKOLAH AKIBAT HOSPITALISASI DI RUANG CHANDRA RUMKIT TK II Dr. J. A LATUMETEN AMBON

Supriyanto¹, Syarieifah H. Waliulu², Fatima Patikaloba³

¹Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Maluku Husada, Indonesia

^{2,3}Program Studi Profesi Ners, STIKes Maluku Husada, Indonesia

*Pos-el penulis koresponden: supriantobc16@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Hospitalisasi pada anak prasekolah sering menimbulkan kecemasan karena lingkungan rumah sakit yang asing, prosedur medis yang menakutkan, serta perpisahan dari lingkungan yang nyaman. Kondisi kecemasan ini dapat menghambat proses perawatan dan menurunkan kerja sama anak selama tindakan medis. Salah satu intervensi yang dapat dilakukan oleh perawat untuk mengurangi kecemasan pada anak adalah teknik distraksi melalui terapi bermain puzzle. Bermain puzzle dapat membantu anak mengalihkan perhatian dari rasa takut dan memberikan stimulasi kognitif serta emosional yang positif. **Tujuan:** Untuk mengetahui penerapan tindakan keperawatan distraksi bermain puzzle dalam mengurangi kecemasan anak prasekolah akibat hospitalisasi di Ruang Chandra Rumkit Tk II Dr. J. A. Latumeten Ambon. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus pada 2 anak usia prasekolah yang mengalami kecemasan selama menjalani perawatan di rumah sakit. Intervensi dilakukan dengan memberikan terapi bermain puzzle selama masa perawatan dan dilakukan observasi terhadap perubahan tingkat kecemasan anak sebelum dan sesudah intervensi. **Hasil:** Penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan terapi bermain puzzle, tingkat kecemasan anak mengalami penurunan yang ditandai dengan berkurangnya perilaku menangis, ketegangan, serta meningkatnya kerja sama anak selama tindakan keperawatan. **Kesimpulan:** Penelitian ini menunjukkan bahwa tindakan keperawatan distraksi bermain puzzle efektif dalam membantu menurunkan kecemasan pada anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Intervensi ini dapat digunakan sebagai salah satu pendekatan nonfarmakologis dalam praktik keperawatan anak di rumah sakit.

Kata Kunci: distraksi, terapi bermain puzzle, kecemasan, anak prasekolah, hospitalisasi.

Abstract

Background: Hospitalization in children often causes anxiety due to the unfamiliar hospital environment, frightening medical procedures, and separation from a comfortable environment. This anxiety condition can hinder the treatment process and reduce the child's cooperation during medical procedures. One intervention that can be done by nurses to reduce anxiety in children is distraction techniques through puzzle play therapy. Playing puzzles can help children divert attention from fear and provide positive cognitive and emotional stimulation. **Objective:** To determine the policy of actions that prevent puzzle play distractions in reducing children's anxiety due to hospitalization in the Chandra Room of the Dr. J. A. Latumeten Class II Hospital Ambon. **Methods:** This study used a case study approach on 2 preschool-aged children who experienced anxiety during hospitalization. The intervention was carried out by providing puzzle play therapy during the treatment period and observations were made on changes in the children's anxiety levels before and after the intervention. **Results:** The study showed that after being given puzzle play therapy, the children's anxiety levels decreased, which was indicated by reduced crying behavior, tension, and increased cooperation during nursing procedures. **Conclusion:** This study shows that puzzle play distraction nursing actions are effective in helping reduce anxiety in preschool children who are hospitalized. This intervention can be used as a non-pharmacological approach in pediatric nursing practice in hospitals.

Keywords: distraction, puzzle play therapy, anxiety, preschool children, hospitalization.



Pendahuluan

Prasekolah adalah periode antara usia 3-6 tahun. Periode ini kelanjutan dari pertumbuhan dan perkembangan (Ningrum *et al.*, 2023). Pertumbuhan fisik terus menjadi jauh lebih lambat dibandingkan perkembangan kognitif dan motorik dari tahun-tahun sebelumnya. Peningkatan perkembangan kognitif, bahasa dan psikososial penting selama periode prasekolah (Sari, 2021). Pada usia prasekolah perkembangan motorik anak berjalan terus menerus, sementara perkembangan kognitif berbeda pada tiap tahapnya (Adatul *et al.*, 2023). Pada perkembangan ini anak usia prasekolah yang menjalani hospitalisasi dapat mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan, berupa pengalaman yang sangat traumatik dan penuh dengan stress. Respon yang paling umum selama anak prasekolah menjalani hospitalisasi salah satunya adalah kecemasan (Apriani, 2021).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 mengatakan sebanyak 5 juta anak usia pra sekolah yang menjalani hospitalisasi di dunia mengalami kecemasan dikarenakan prosedur tindakan bedah dan saat menjalani perawatan (Bintang, 2022).

Di Indonesia, sebanyak 2.8% atau 82.666 anak di Indonesia yang menjalani hospitalisasi mengalami kecemasan. Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Nasional (SUSENAS) pada tahun 2022 sebanyak 30,82% anak usia 0-17 tahun dari total penduduk Indonesia dan sekitar 35 dari 100 anak mengalami kecemasan saat menjalani perawatan di rumah sakit (Titiaji, 2024). RUMKIT TK II Dr, J.A. Latumeten Ambon yang di survey peneliti angka kesakitan di tahun 2023 yang di rawat di ruang Chandra terdapat 129,7% anak, sedangkan di tahun 2024 adanya peningkatan sebanyak 153,6% anak dan di 2025 dari januari – oktober terdapat 91,7% anak yang di rawat di Rumah Sakit RUMKIT TK II Dr, J.A. Latumeten Ambon.

Mayoritas anak yang harus dirawat di rumah sakit atau hospitalisasi akan mengalami respon yang berlebihan akibat lingkungan yang baru, seperti perasaan cemas, ketakutan, serta menangis terus-menerus. Kecemasan merupakan perasaan takut serta ketidakpastian dengan alasan yang tidak jelas (Oktamarina, 2022). Beberapa faktor penyebab anak-anak mengalami kecemasan saat hospitalisasi diantaranya lingkungan rumah sakit yang asing, kondisi fisik seperti rasa sakit dan penyakit yang anak alami, prosedur perawatan dan pemeriksaan medis di rumah sakit. Selain itu, adanya perbedaan bentuk ruangan, suasana, serta aktivitas rumah sakit yang berbeda dengan rumah mengakibatkan anak mudah mengalami kecemasan (Faidah, 2022). Dampak yang ditimbulkan sering kali mempengaruhi proses pengobatan anak dan menjadi permasalahan pokok dalam dunia kesehatan anak. Perawat berperan penting dalam memberikan pelayanan kesehatan terutama menurunkan dampak kecemasan hospitalisasi pada anak. Salah satu upaya perawat untuk mengatasi kecemasan dan trauma hospitalisasi pada anak adalah dengan terapi bermain (Aryani, 2021). Selain itu peran tenaga kesehatan diperlukan agar anak dapat kooperatif dan beradaptasi pada masa pemulihannya (Anisha, 2022).

Bermain *puzzle* adalah bentuk terapi bermain yang bagus untuk anak-anak prasekolah. *Puzzle* adalah permainan yang membutuhkan ketekunan dan fokus untuk menyusunnya (Sahirah, 2025). Permainan *puzzle* memiliki potensi untuk mengalihkan perhatian anak dari rasa takut, sehingga dapat menurunkan tingkat kecemasan mereka. Selain itu, permainan ini dapat meningkatkan fokus, serta meningkatkan koordinasi mata dan tangan (Arisandy & Lestari, 2026).

Metode

Penelitian ini menggunakan desain studi kasus dengan pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk menggambarkan penerapan tindakan keperawatan distraksi bermain *puzzle* dalam mengurangi kecemasan anak prasekolah akibat hospitalisasi. Penelitian dilakukan di Ruang Chandra Rumkit Tk II Dr. J. A. Latumeten Ambon dengan subjek penelitian 2 anak usia prasekolah yang menjalani



perawatan di rumah sakit dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan selama hospitalisasi. Desain studi kasus digunakan untuk memberikan gambaran yang mendalam mengenai penerapan intervensi keperawatan pada pasien secara langsung.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara dengan orang tua pasien, serta dokumentasi terhadap kondisi pasien sebelum dan sesudah intervensi. Intervensi yang diberikan berupa satuan operasional prosedur (SOP) terapi bermain puzzle selama 15-20 menit dengan pendampingan perawat dan orang tua. Evaluasi dilakukan dengan mengamati perubahan perilaku anak seperti menangis, takut, menolak tindakan medis, serta tingkat ketenangan anak setelah diberikan terapi bermain puzzle (Pratiwi & Handayani, 2023).

Hasil

Penerapan Teknik Distraksi Bermain Puzzle An. M			
Hari/tanggal/ jam	Tindakan yang dilakukan	Respon anak sebelum	Respon anak sesudah
Hari I Selasa, 12-01-2026 09.00. wit	- Melakukan anamnesa	- Anak M sedang berbaring di tempa tidur	- Anak M masih berbaring ditempat tidur
	- Melakukan tindakan pendekatan dengan pasien	- Anak M menangis ketakutan dan menghindari dari peniliti	- Anak M masih belum menerima peneliti dan menghindari
09.30 wit	- Mengontrak waktu dengan pasien untuk bermain <i>puzzle</i> keeping	- Anak M hanya menatap peneliti	- Anak M hanya menatap peneliti dan menyuruh peniliti untuk segera pergi
	- Menerapkan distraksi bermain <i>puzzle</i> keeping	- Anak M masih menghindari dari peneliti dan memeluk ibunya dan menolak peniliti	- Anak M belum mau untuk dia ajak bermain bersama
Hari II Rabu, 13-01-2026 (09.00 wit- selesai)	- Melakukan pendekatan dengan anak M	- Saat melihat peniliti Anak m menangis dan menghindari dari peneliti	- Anak M masih belum terlalu menerima peneliti
	- Menerapkan distraksi bermain <i>puzzle</i>	- Peniliti mengajak bermain <i>puzzle</i> keeping dan berusaha membujuk Anak M untuk mau bermain bersama	- Anak M mau untuk di ajak bermain <i>puzzle</i> keeping namun masih malu-malu kepada peniliti
	- Mengajak anak M untuk berbicara agar anak M tidak terlalu merasa takut akan kehadiran peneliti	- Anak M masih menolak tidak mau untuk berbicara dengan peniliti	- Anak M mau berbicara dengan peneliti setelah selesai bermain <i>puzzle</i> keeping bersama



Hari III Kamis, 14-01-2026 (11.00 wit - selesai)	- Melakukan pendekatan dengan anak M tanpa bermain <i>puzzle</i> - Menerapkan Distraksi bermain <i>puzzle</i> - Peneliti mengajak anak M bercerita atau bermain game bersama	- Anak M tampak masih malu-malu terhadap peneliti - Peneliti mengajak bermain <i>puzzle</i> keeping kepada Anak M dan Anak M tampak sedikit tersenyum malu-malu - Anak M sedikit malu-malu untuk bermain bersama peneliti	- Anak M duduk di tempat tidur - Anak M mau untuk bermain <i>puzzle</i> keeping bersama peneliti dan tampak senang - Anak M sudah mulai menerima kehadiran peneliti untuk bermain bersama
---	--	---	---

Penerapan Distraksi Bermain Puzzle An. P

Hari /Tanggal/ jam	Tindakan yang dilakukan	Respon anak sebelum	Respon anak sesudah
Hari I Senin, 19-01-2026 09.10 10.00	- Melakukan anamnesa - Melakukan pendekatan dengan anak P - Mengontrak waktu dengan pasien untuk bermain <i>puzzle</i> - Menerapkan Distraksi bermain <i>puzzle</i>	- Anak P sedang terbaring di tempat tidur - Anak P menangis, takut - Anak P menolak peniliti dan tidak mau berbicara dengan peneliti tetapi peneliti memperlihatkan permainan <i>puzzle</i> - Anak P hanya menatapa peniliti	- Anak P duduk di tempat tidur - Anak P tampak malu-malu terhadap peniliti - Anak P mau untuk di ajak bermain bersama peniliti namun tidak lama - Anak P hanya masih menatap peniliti tanpa berbicara
Hari II Selasa, 20-01-2026 (09.20 wit – selesai)	- Melakukan pendekatan dengan anak P dengan mengajak berbicara - Menerapkan distraksi bermain <i>puzzle</i> - Mengontrak waktu untuk mengajak anak P bermain di hari berikutnya	- Awalnya Anak P tampak takut saat melihat peniliti - Anak P tampak malu-malu saat di ajak bermain - Anak P masih sedikit takut untuk tindakan injeksi	- Anak P mulai menerima kehadiran peneliti - Anak P mau untuk bermain <i>puzzle</i> keeping bersama peniliti - Anak P sudah mulai bisa menerima kehadiran paeniliti dan tidak terlalu takut kepada peniliti setelah selesai bermain <i>puzzle</i> keeping



Hari III Rabu, 21-01-2026 (09.35 wit – selesai)	- Melakukan tindakan perawatan tanpa bermain <i>puzzle</i>	- Anak P tampak tidak mau untuk dilakukan tindakan perawatan padanyan	- Anak P mau untuk melakukan tindakan
	- Menerapkan Distraksi bermain <i>puzzle</i>	- Anak P mau untuk dia ajak bermain <i>puzzle</i> keping	- Anak P mau bermain <i>puzzle</i> keeping bersama peneliti dan tanpak senang
	- Mengajak bercakap-cakap besama	- Anak P tampak berbicara namun masih sedikit malu-malu	- Anak P berbicara dengan peneliti dan tampak senyum

Hasil pengkajian menunjukkan bahwa sebelum diberikan intervensi terapi bermain puzzle, kedua anak prasekolah yang menjalani perawatan menunjukkan tanda-tanda kecemasan seperti menangis ketika perawat mendekat, menolak tindakan medis, serta tampak tegang dan takut terhadap lingkungan rumah sakit. Anak juga terlihat sangat bergantung pada orang tua selama menjalani perawatan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa hospitalisasi dapat menimbulkan kecemasan pada anak prasekolah (Ginanjari, 2020).

Setelah diberikan intervensi berupa terapi bermain puzzle, terlihat adanya perubahan perilaku pada anak. Anak menjadi lebih tenang dan mulai tertarik pada permainan yang diberikan. Anak tampak fokus dalam menyusun potongan puzzle serta mulai berinteraksi dengan perawat. Selain itu, anak juga menjadi lebih kooperatif ketika dilakukan tindakan keperawatan dan tidak lagi menunjukkan penolakan yang berlebihan terhadap prosedur medis.

Pembahasan

Hospitalisasi merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan kecemasan pada anak prasekolah karena mereka belum sepenuhnya memahami alasan harus dirawat di rumah sakit serta berbagai prosedur medis yang dilakukan. Lingkungan rumah sakit yang asing serta adanya tindakan medis yang menimbulkan rasa tidak nyaman dapat meningkatkan respons kecemasan pada anak (Hospital *et al.*, 2025). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi bermain puzzle dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada anak prasekolah. Hal ini terjadi karena permainan puzzle mampu mengalihkan perhatian anak dari rasa takut terhadap prosedur medis yang dilakukan di rumah sakit. Ketika anak fokus pada aktivitas bermain, perhatian anak akan terpusat pada permainan sehingga kecemasan yang dirasakan dapat berkurang (Habibi, 2022).

Selain itu, permainan puzzle juga dapat merangsang kemampuan berpikir, meningkatkan konsentrasi, serta melatih koordinasi motorik anak. Aktivitas bermain juga dapat membantu anak mengekspresikan perasaan dan mengurangi stres yang dialami selama menjalani hospitalisasi. Oleh karena itu, terapi bermain puzzle dapat menjadi salah satu intervensi keperawatan yang efektif dalam membantu mengurangi kecemasan pada anak prasekolah selama dirawat di rumah sakit (Sapardi & Andayani, 2021).

Kesimpulan

Penerapan tindakan keperawatan distraksi melalui terapi bermain puzzle dapat membantu mengurangi kecemasan pada anak prasekolah yang mengalami hospitalisasi. Setelah diberikan



intervensi, anak tampak lebih tenang, lebih kooperatif terhadap tindakan keperawatan, serta lebih mampu berinteraksi dengan perawat dan lingkungan sekitar.

Conflict of Interest

Penelitian ini tidak memiliki kepentingan finansial yang relevan atau material yang berkaitan dengan penelitian yang dijelaskan dalam naskah ini.

Pendanaan

Penelitian ini tidak menerima pendanaan khusus dari lembaga mana pun. Peneliti melakukan seluruh proses tinjauan sepenuhnya secara mandiri tanpa keterlibatan pendanaan dari pihak eksternal.

Referensi

- Adatul, R., Puspita, A., Abelia, N., Apriliani, R., Agama, I., & Al-qur, I. (2023). Perkembangan Kognitif dan Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Pembelajaran. *KHIRANI: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 1(4).
- Anisha, N. (2022). Penerapan Terapi Bermain Puzzle Untuk Mengatasi Tingkat Kecemasan Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Saat Hospitalisasi. *Community of Publishing in Nursing (COPING)*, 10, 624–629.
- Apriani, D. (2021). Dampak Hospitalisasi Pada Anak Prasekolah (Usia 3-6 Tahun) Di Ruang Anggrek Badan Rumah Sakit Umum Daerah (Brsud) Kabupaten Tabanan. *Jurnal Kesehatan Medika Udayana*, 07(02).
- Arisandy, D., & Lestari, A. (2026). Penggunaan Media Puzzle untuk Meningkatkan Perkembangan Motorik Halus Anak Autis Kelas 1 di SLB Jurnal Pengabdian Nasional (JPN) Indonesia. 7(1), 229–234.
- Aryani, D. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Mewarnai Gambar terhadap Kecemasan Hospitalisasi pada Anak Prasekolah. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi (JABJ)*, 10(1), 101–108. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.289>
- Bintang, S. A. (2022). Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Perawat Tentang Kecemasan Akibat Hospitalisasi Pada Anak Usia Prasekolah Di Rumah Sakit Omni Pulomas. *Journal of Nursing and Midwifery Sciences (JNMS)*, 1(1), 18–25.
- Faidah, N. (2022). Tingkat Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Dirawat Di Rumah Sakit Mardi Rahayu Kudus. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat STIKES Cendekia Utama Kudus*, 218–228.
- Ginangjar, M. R. (2020). Pengaruh Biblioterapi Terhadap Kecemasan Hospitalisasi Anak Usia Prasekolah Di Rumah Sakit Muhammadiyah Palembang. *Jurnal Masker Medika*, 8, 135–145.
- Habibi, M. A. M. (2022). Penanganan Kecemasan pada Anak Usia Dini Melalui Terapi Bermain. *Jurnal Ilmiah Profesi Pendidikan*, 7, 156–162.
- Hospital, S. E., Simarmata, P. J., Barus, M., Siallagan, A. M., Keperawatan, P. S., Tinggi, S., Kesehatan, I., Elisabeth, S., & Indonesia, M. (2025). Gambaran Tingkat Kecemasan Anak Yang Menjalani Hospitalisasi Di Ruang Santa Theresia Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan Overview of Anxiety Levels of Children Undergoing Hospitalization in the Santa Theresia Room , Pendahuluan Hospitalisasi adalah proses. *Jurnal Kesehatan Saelmakers PERDANA*, 8(2). <https://doi.org/10.32524/jksp.v8i2.1478>
- Ningrum, J. A., Nurhayati, S., & Kembang, T. (2023). Penerapan Pendidikan Kesehatan Pada Ibu



- Tentang Pengetahuan Tumbuh Kembang Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun) Di Wilayah Kerja Puskesmas Metro Pusat. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(September), 364–370.
- Oktamarina, L. (2022). Gangguan Kecemasan (Axiety Disorder) Pada Anak Usia Dini. *Jurnal Multidisipliner Bharasumba*.
- Sahirah, N. P. (2025). Melatih Konsentrasi Melalui Permainan Sensorik Motorik Media Puzzel Pada Anak di Taman Kanak-Kanak Permata Hati Desa. 5(1), 169–176.
- Sapardi, V. S., & Andayani, R. P. (2021). Pengaruh Terapi Bermain Puzzle Terhadap. *Jurnal Kesehatan*, 4(2).
- Sari, E. (2021). Pengaruh Stimulasi Psikososial Terhadap Perkembangan Kognitif Anak Usia Pra Sekolah. *Jurnal Keperawatan*, 20–27.
- Titiaji, V. V. (2024). Pengaruh Terapi Bermain Plastisin Terhadap Kecemasan Anak Usia Prasekolah Yang Mengalami Hospitalisasi. *Health Research's Journal*, 01, 35–44.

